

就是這 Young!

第 1 集 格鬥人生

黃偵玲，就像鄰家青春嬌小女孩一般，走在路上，你絕對無法把她和武林高手做任何連結。而她，卻在 24 歲以社會新鮮人之姿，登上亞洲最大職業格鬥賽事 ONE FC，成為台灣第一位女子職業格鬥選手。

黃偵玲從小學在台灣學柔道，卻在新加坡打工時和綜合格鬥相遇，從此為它熱血沸騰。回台灣後在宋明諺教練調教下，2015 年 5 月登上台灣有史以來第一場女子職業格鬥賽舞台，打敗印度選手取得生涯第一勝。幾個月後，獲得 ONE FC 邀請和俄羅斯選手對戰，苦戰三回合奪下職業生涯第二勝。

但輝煌戰績並沒有獲得父母親的祝福。父親甚至在拍攝影片訪問中要求他當天離開職業格鬥。加上職業格鬥底層選手獎金微薄，黃偵玲需兼任兩份工作才能維持生活和訓練。究竟夢想和現實要如何交會？這是黃偵玲的格鬥人生。

第二集 木工國際金牌路

2015 年 8 月 15 日，年僅 19 歲的高職畢業生蘇學羿，在巴西聖保羅舉行的國際技能大賽勇奪金牌，是台灣 18 年來在國際門窗木工職類競賽中再次奪冠。蘇學羿從小學科成績不佳，媽媽認為他有學習障礙；國中時讀放牛班，上課睡覺晚上玩電腦，爸媽一度擔心他是否染毒。

蘇學羿的父母都從事教育工作，卻不勉強他走升學路線，他們以誘導的方式讓他發現自己對木工有興趣，也因此蘇學羿在國中畢業時，就決定要以技職競賽成績申請大學。

目前就讀台灣科技大學的蘇學羿，正在努力學習創意設計，他未來的目標是創業，生產自己設計的產品。

第三集 漫畫家的移動風景

彭傑，台灣第一個登上 Jump 漫畫雜誌連載的職業漫畫家。

週刊少年 Jump 雜誌，被認為是動漫王國日本的最高殿堂，幾乎是所有喜愛少年漫畫的漫畫家們所追求的目標，曾經連載過的作品包括「七龍珠」、「灌籃高手」、「火影忍者」、「One Piece」最高銷售量曾達到 653 萬冊的紀錄。

從五歲起立志成為一個漫畫家的彭傑，以台灣人的身分，想挑戰在 Jump 連載這個超高難度的目標，這是之前從來沒有過的事。他在夥伴兼好友的土豪協助下，朝著目標一步步前進。

在漫畫產業不算興盛的台灣，要成為一個職業漫畫家，需要哪些能力？而彭傑與土豪又有著什麼樣的特質與信念，能讓他們以職業漫畫家的身分登上國際舞台，完成在 Jump 雜誌連載的夢想？

第四集 夢·飛行

陳品萱，在大四時同學們正為畢業感到焦慮時，他已經打敗一票人為自己爭取到全額免費的私人飛行訓練課程，實實在在地踏上在大二時訂下的飛行員夢想之路。

他說自己喜歡冒險，每年都給自己一個目標當生日禮物：學開車，學法文，當水上救生員，考重機駕照，到日本學滑雪。開飛機則是 23 歲的生日禮物。對生命充滿好奇，對飛行充滿熱情，也是當時評審委員們在他身上看到的飛行員特質；決定讓他入選的原因之一。

但是，飛行員訓練不只是有熱情就能勝任。飛機構造，流體力學，航空法規，氣候科學等等，每個細節都是考驗。操控飛機飛行對所有飛行員新人來說更是一個全新陌生的領域。陳品萱雖然一方面著迷於飛行在空中的自由，另一方面也為降落技巧感到無力。幾乎就要因為無法通過降落測試而出局。

經過一連串的失敗和努力，陳品萱還是通過考驗，成為台灣第一位本土自訓的女性飛行員。

第五集 馬戲團奇幻旅程

2011 年，林智偉創立了【MIX 舞動劇坊】，希望提升台灣的特技成為不只是特技。經過 2 年的淬鍊，走訪過國內外大小舞台，決定於 2014 年以『福爾摩沙』重新出發，創造屬於台灣的特技劇團。【FOCA 福爾摩沙馬戲團】就此誕生。

團員集結各領域表演藝術人才，以不同方式結合傳統與創新、特技及舞蹈、街頭文化及劇場藝術作品。至今參加過世界各大藝術節，例如亞維儂藝術節，愛丁堡藝術節等等。藉由國內外交流演出，將其經驗帶回臺灣，讓「表演藝術」及「馬戲特技」能夠更加多元性及發揚光大。

而這一切，皆起源自他大三時熱血草創的【MIX 舞動劇坊】第一場製作：「初衣十舞」被一位法國劇院經營者看到。林智偉說：「有熱血的開始，才有可能帶我們到現在的道路上！」

第六集 DJ 日記

DJ RayRay 趙心蕾是 2013 年 Red Bull Thre3style 世界 DJ 大賽的台灣區冠軍，代表台灣到多倫多比賽，她也是當年唯一的女性參賽者。

目前在台北知名夜店擔任 DJ 的 RayRay，國中時曾經學習古典音樂，她喜歡大提琴渾厚的低音，進而愛上黑膠唱片裡，有許多重低音的嘻哈音樂。而嘻哈音樂中描寫美國貧民窟生活的歌詞，更開啟了 RayRay 對不同社會文化的認識，因此她決定當 DJ，分享音樂帶給她的快樂。

由於夜店的工作必須晚出早歸，RayRay 的父親很擔心她的健康，為此 RayRay 開始運動，並且創作音樂。她希望有一天在 DJ 台上，向大家介紹自己創作的音樂。

第七集 難得女丑

本名黃路梓茵的綜藝節目主持人 Lulu，以模仿陶晶瑩出道，由於她反應機靈，能自嘲也能被虧，經常代理主持『大學生了沒』而日漸走紅，成為新一代的女諧星。Lulu 畢業於國立台灣藝術大學廣電系，原本的志願是當新聞主播，卻因緣際會走上更能發揮活潑個性的主持之路。她於 2015 年以『綜藝大熱門』主持群身分入圍金鐘獎，並經常與黃子佼、吳宗憲等一線主持人搭檔主持，被看好是繼張小燕、陶晶瑩之後的女諧星接班人。

Lulu 的演藝目標是在 10~20 年之內，成為金鐘獎最佳綜藝節目主持人

第八集 與馬相遇·帕馬騎跡

身障馬術選手孫育仁是一位腦性麻痺患者，自幼行走顛簸，國中時由媽媽帶到台灣馬術治療中心，以騎馬做為復健，沒想到他從此愛上騎馬，並成為帕拉(身障)馬術選手。育仁參加過許多國內外比賽，都獲得很好的成績，甚至在 2014 年代表我國參加世界馬術運動會，是台灣第一位參加世界盃的身障馬術選手，成為台灣之光。

頂著世界盃的光環，孫育仁參與拍攝的記錄片在電影院上映，並受邀到知名的 TAIPEI TED 演講，國人也期待他進軍 2016 奧運會再創高峰。然而，由於經費不足，育仁無法參與較多的國際比賽，以致排名落後其他國家，最終沒有取得 2016 里約奧運的入場券。

在等待奧運世界排名的期間，太多的期許與關注讓育仁倍感壓力，奧運參賽落空後，他對未來感到茫然，一度情緒低落。幸好，透過教練的鼓勵與心理輔導，育仁逐漸找回信心，他重新歸零，從國內比賽出發，以 2020 東京奧運為目標，繼續努力前進。

第九集 赤子之心

在美國出生長大，十七歲一個人離家到歐洲流浪，四處打零工，尋找人生方向，從此開啟胡啟志與街頭表演的緣份。曾經在丹麥、俄羅斯的表演學校接受專業訓練，最後落腳在台灣，成為一名專業表演者。胡啟志與水晶球融為一體的表演驚艷四座，逐漸打開知名度。

後來，胡啟志參加中國的真人秀節目，迅速累積人氣，一舉登上央視的春晚表演，從此，人人都認識他了。成名帶來無限商機，但沒有帶走胡啟志對街頭的熱愛，他在中國繞了一圈之後，最後還是選擇回到台灣，回到他最熟悉的街頭。

街頭表演到底有什麼魔力，能夠讓胡啟志義無反顧投入？雖然他的中文還不夠流利，但他會用最專注的神情、最純粹的表演告訴我們，他與街頭表演是如何密不可分。

第十集 羽眾不同球后之路

曾高居世界排名第三、目前排名第九的台灣羽壇一姊戴資穎，16歲時成為台灣羽球史上最年輕的「球后」，自此她被譽為「天才少女」。

從小活潑好動的戴資穎在父母的鼓勵下早早對羽球產生興趣，日後便確定以羽球作為畢生志業，越級挑戰各項賽事更成為家常便飯。儘管初期都是輸球居多，但在父親與教練的耐心調教下，實力不斷精進，奠定她站上國際舞台的深厚基底。戴看似順遂的羽球道路上不是沒出現過剋己的天敵：連敗十次才贏一次的中国選手李雪芮。不斷輸給一個人的滋味如何？終於扳倒天敵的滋味又如何？

在亞錦賽表現突出的戴資穎已篤定取得2016年里約奧運的門票，最新的目標是過關斬將，站在奧運的頒獎台上為我國拿下一面獎牌。

第十一集 逆風飛翔

達欣籃球隊戰將周儀翔，今年是加入SBL職籃第二年（2015-2016球季），就獲得年度MVP，繼去年獲得新人王之後持續在籃球場上展翅飛翔，但回首過去，卻是一條曲折充滿荊棘的籃球路。

2010年，在泰山高中籃球隊有“Le Brown 翔”外號的周儀翔，憑著驚人的身體素質和籃球天份，畢業後婉拒國內眾多大學籃球隊的邀約，決定到美國猶它州鹽湖城大學（SLCC）挑戰，追逐他的籃球夢。

然而，令人驚艷的籃球能力，卻因為語言隔閡無法展現。到美國第二年，更因為學業成績沒有達標，連籃球訓練也無法參加。在大三結束時，周儀翔意志消沈地回到台灣，終日無所事事以酒為伍，周媽媽甚至要他去找工作換跑道。

就在他幾乎已經徹底被擊垮時，心中有一道光慢慢引領他回到籃球路上。然而，此時已經整整兩年沒有打球的他，如何回到場上發熱？請一起來看看他的籃球故事。

第十二集 草地上的雪橇選手

2012年奧地利第一屆冬季青年奧運，連德安，來自泰雅族的雪橇男孩，不僅是唯一的亞洲選手，也是代表台灣隊掌旗的青年之光。

從小夢想著要打NBA的連德安，因為腳傷返回南澳休養，意外被陳金山教練相中，在雪橇運動中找到了自己的方向。四季如春的台灣，幾乎無法從事雪上運動，而無舵雪橇的難度更是箇中之冠。比賽的過程中，選手們除了安全帽不帶任何護具，時速動輒140公里，宛如人肉雲霄飛車飛向終點。「說不害怕是騙人的。」連德安說，但雪橇的速度感、刺激感、以及對自我身體的精準掌控，即使經歷過輕微腦震盪、膝蓋受傷、腳踝開刀，甚至看見其他選手意外身亡，連德安的熱情也依舊不減。一個人，背著24公斤的雪橇，走遍奧地利、拉脫維亞、德國、美國、加拿大、俄羅斯、日本、韓國等，一次又一次獨自踏上比賽的旅途。

「我的目標是站上世界舞台，在冬季奧運拿下好成績！」，面對即將到來的2018韓國平昌冬季奧運，連德安和新一輩的學弟們努力拼鬥，以體力和毅力克服設備、資源的不足，迎接世界的挑戰。

[第十三集 拳擊音樂人](#)

Boxing 樂團是由來自屏東排灣族部落的三對兄弟所組成。他們有個鼎鼎大名的老闆—張惠妹，第一張專輯問世，就讓他們得到 2015 年金曲獎的最佳新人獎。在外人眼中看來，**Boxing** 的出道或許風光順利，但其實音樂這條路，他們走來並不輕鬆。

Boxing 六位團員都曾經是拳擊選手，這也是團名的由來。選擇當拳擊手是為了日後溫飽，而音樂是他們天生流的血液。學生時代邊打拳邊玩音樂，到處參加音樂比賽，哪裡有舞台，他們就往哪裡去。為了實現音樂夢想，他們下定決心離開部落來到台北，努力適應城市步調、借住朋友家、任何工作都做、積極尋找演出機會，再辛苦也從來沒有放棄的念頭。

因為，只有在音樂裡，他們才能感受到心跳的節奏。只有在音樂裡，他們才是最純粹最快樂的 **Boxing**。

[教案分享 Share lesson plans](#)